Dünya Mutfağı

Pratik tarifler



BOYUT YAYIN GRUBU

Pratik Tarifler

Türk toplumunun geçirdiği en önemli sosyal değişikliklerden biri çalışan kadınların büyük şehirlerdeki artışı şüphesiz. Buna dışarıda yemek yemenin maliyeti de eklenince, ön hazırlık süresi kısa, fazla beceri gerektirmeyen yemekler hazırlamak gereği ortaya çıkıyor. Bu kitabın hedefi sadece çalışan çiftlerin akşam yemekleri ile sınırlı değil. Çocuklarınıza hazırlayabileceğiniz lezzetli bir sandviç, hazır hamur yapraklarından lazanya, donmuş bir hamuru kullanarak davetlilerinizi mest edebileceğiniz bir pizza hep aynı mantık, yani çabuk ve pratik çözümlerle öneriliyor.

Afiyet olsun...



ISBN: 975-521-635-9

Boyut Yayın Grubu ve Tic. A.Ş.
adına sahibi ve
Genel Yönetmen
Bülent ÖZÜKAN

Genel Sanat Yönetmeni
Murat ÖNEŞ

Genel Müdür
Nilgün ÖZÜKAN

Editörler
Nil YÜZBAŞIOĞLU
Burçin ÜNLÜ

Tasarım
Ümit VURGUN

Boyut Yayın Grubu
Matbaacılar Sitesi. 1. Cad. No:115
34204 Bağcılar / İstanbul
Tel : 0 212 413 3333 Pbx
Fax: 0 212 413 3334
e-mail: info@boyut.com.tr

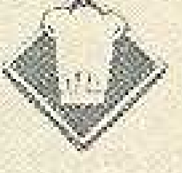
Baskı
Boyut Matbaacılık A.Ş.

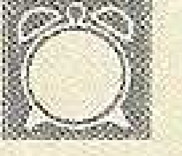
www.boyut.com.tr



BOYUT YAYIN GRUBU

Kıymalı Çoban Payı


4 Kişilik


Hazırlama süresi: 20 dak.


Pişirme Süresi: 180 °C fırında 20-25 dak.

MALZEMELER

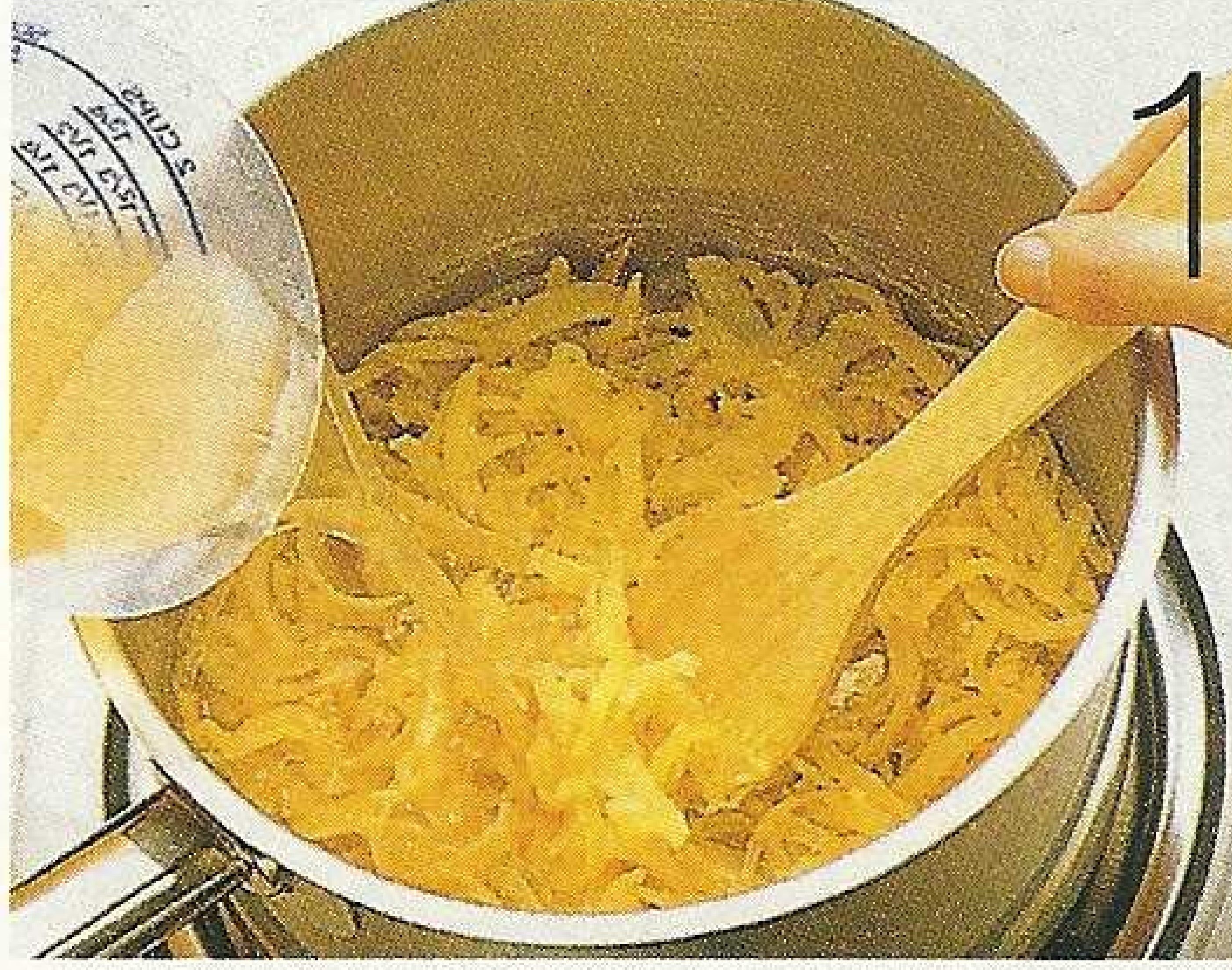
- 400 gr dana kıyması
- 2 çorba kaşığı tereyağı
- 4 adet soğan

PATATES PÜRESİ İÇİN

- 6 adet orta boy patates
- 4 çorba kaşığı kaşar rendesi
- 2 çorba kaşığı tereyağı
- 1 su bardağı süt
- 2 adet yumurta sarısı
- Tuz

SERVİS


Sıcak olarak servis edin.



Soğanları piyaz şeklinde doğrayın.

Tereyağını bir tavaya koyarak kıymayı ve soğanları ilave edin. İyice kavurun ve tuz ekleyin.

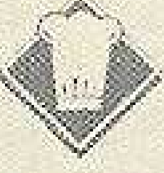


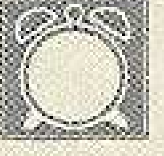
Patatesleri soyup iri, iri parçalayın iyice haşlayın. Suyunu süzüp kaynar süt ile tereyağı ilave ederek telle püre haline getirin. Bu arada tuz ile lezzetlendirip yumurta sarısını ekleyin.
Kıymayı fırın tepsisine döküp üzerini spatula ile düzeltip patates püresi ile kaplayın. Rendelediğiniz kaşar peyniri malzemenin üzerine serpin.

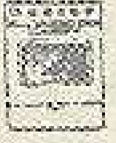
Önceden ısıtılmış 180 °C fırında üzeri pembe renk alana kadar pişirin.



Baharatlı Dürüm


4 Kişilik

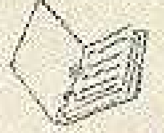

Hazırlama süresi: 15 dak.


Pişirme Süresi: 10 dak.

MALZEMELER

- 4 adet tortilla dürümü veya lavaş
- 600 gr yağsız dana kıyması
- 2 adet kuru soğan
- 4 çorba kaşığı kırmızı kuru fasulye
- 2 çorba kaşığı domates püresi
- 3 çorba kaşığı kaşar peyniri rendesi
- Kimyon, karabiber, tarçın, yenibahar ve kırmızı toz biber

MUTFAK SÖZLÜĞÜ

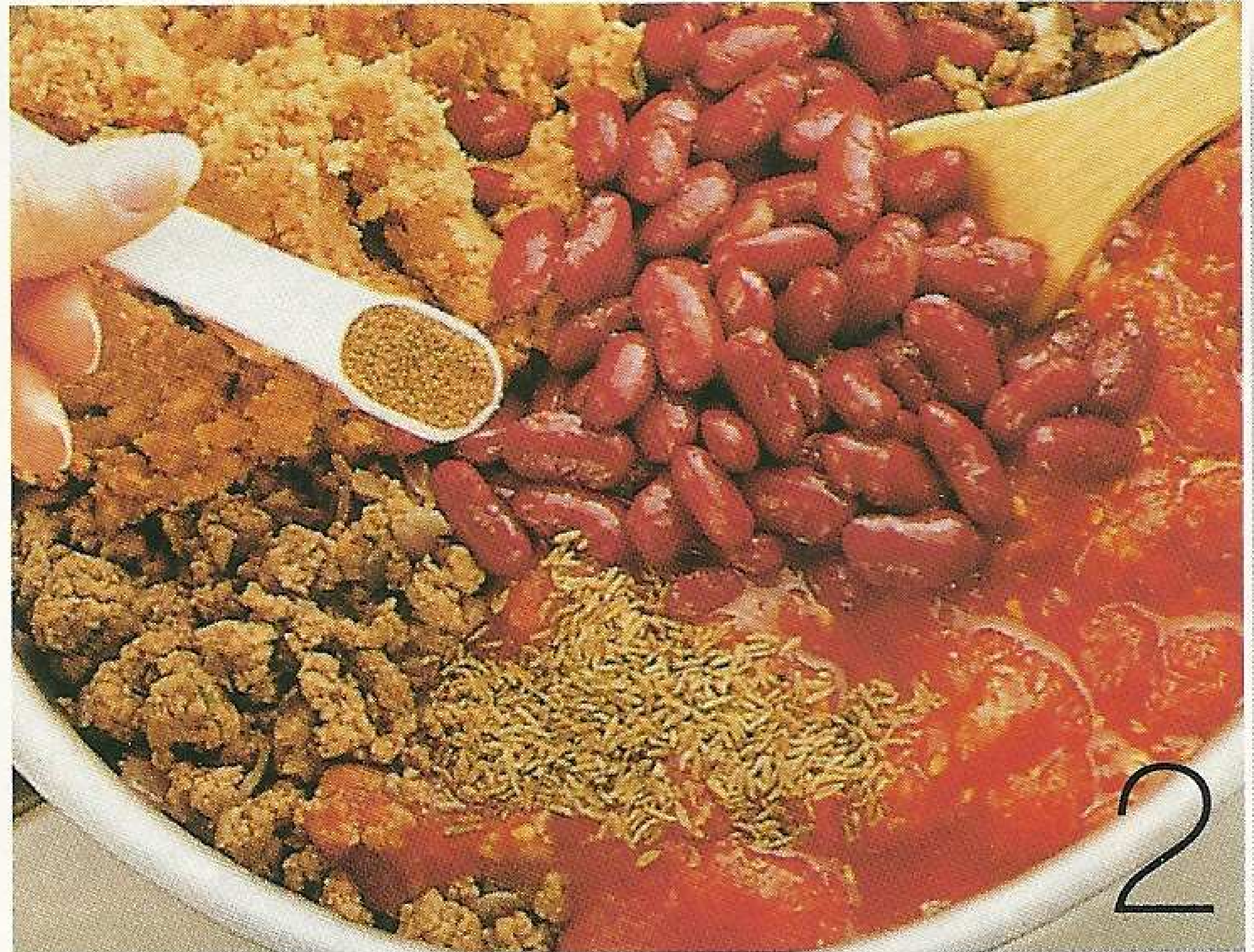

Tortilla dürümü, lavaşın aynısıdır. Kırmızı fasulye yerine benzeri olan barbunya kullanılabilir. Eğer kırmızı fasulye kullanılmak istenirse, konserve olarak bulunabilir.

SERVİS


Sıcak olarak servis edin.



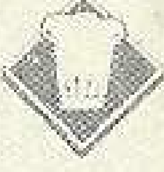
Soğanları doğrayarak, tavada öldürün. Kıymayı ilave edip sote edin. Kırmızı kuru fasulyeyi su dolu küçük bir tencerede haşlayın. Yarısını püre yaparak hazırladığınız malzemeye karıştırın. Soğuduktan sonra baharatları, domates püresini ve kırmızı fasulyenin diğer yarısını karıştırın.

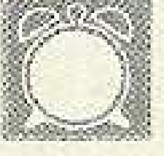


Elde ettiğiniz köfte harcını dürümlere sarın, üzerine erittiğiniz kaşar peyniri rendesini dökerek dürümleri ikiye kesin. Yeşilliklerle süsleyerek tabağa alın.



Çabuk Lazanya


4 Kişilik


Hazırlama süresi: 1 saat


Pişirme Süresi: 180°C fırında 15-20 dak.

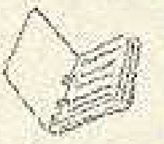
MALZEMELER

- **400 gr dana kıyması**
- **18 kalıp haşlanmış hazır lazanya**
- **10 çorba kaşığı kaşar peyniri rendesi**
- **1 adet kuru soğan**
- **2 adet domates**
- **2 adet sivri biber**
- **1 tutam fesleğen**
- **Tuz**

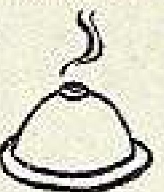
BEŞAMEL SOS

- **1 su bardağı un**
- **1 litre süt**
- **6 çorba kaşığı tereyağ**
- **1 adet yumurta sarısı**
- **Tuz**

MUTFAK SÖZLÜĞÜ


Beşamel sos temel bir sostur, içine rendelenmiş kaşar peyniri ve krema da ilave edilebilir.

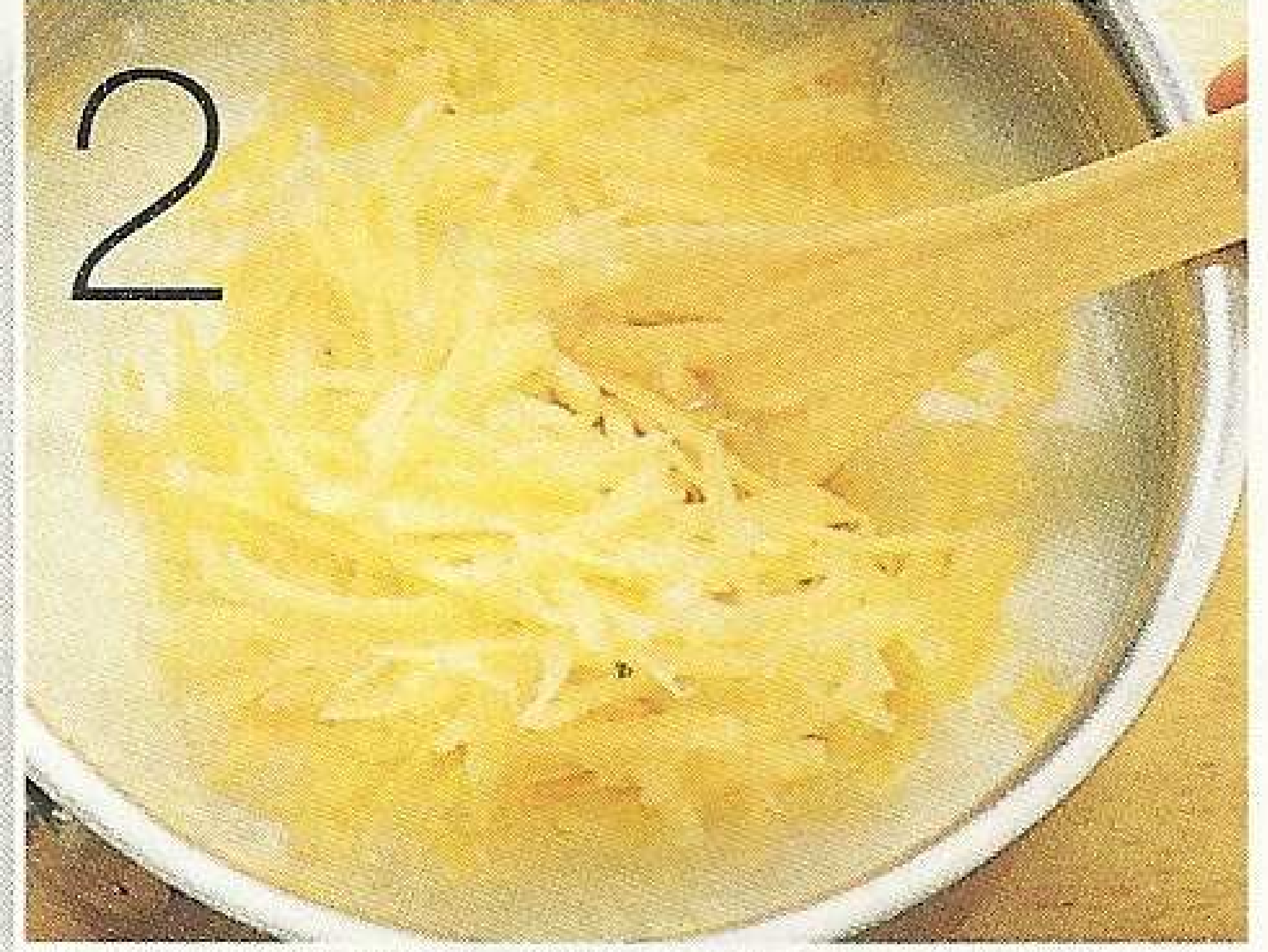
SERVİS


Dilimleyerek servis edin.



Soğanları küçük küçük doğradıktan sonra kıyma ile birlikte kavurun. Küp doğradığınız domatesleri ilave edin.

İnce kıyılmış sivri biber ve fesleğeni ekleyin ve malzemeyi karıştırarak pişirin.

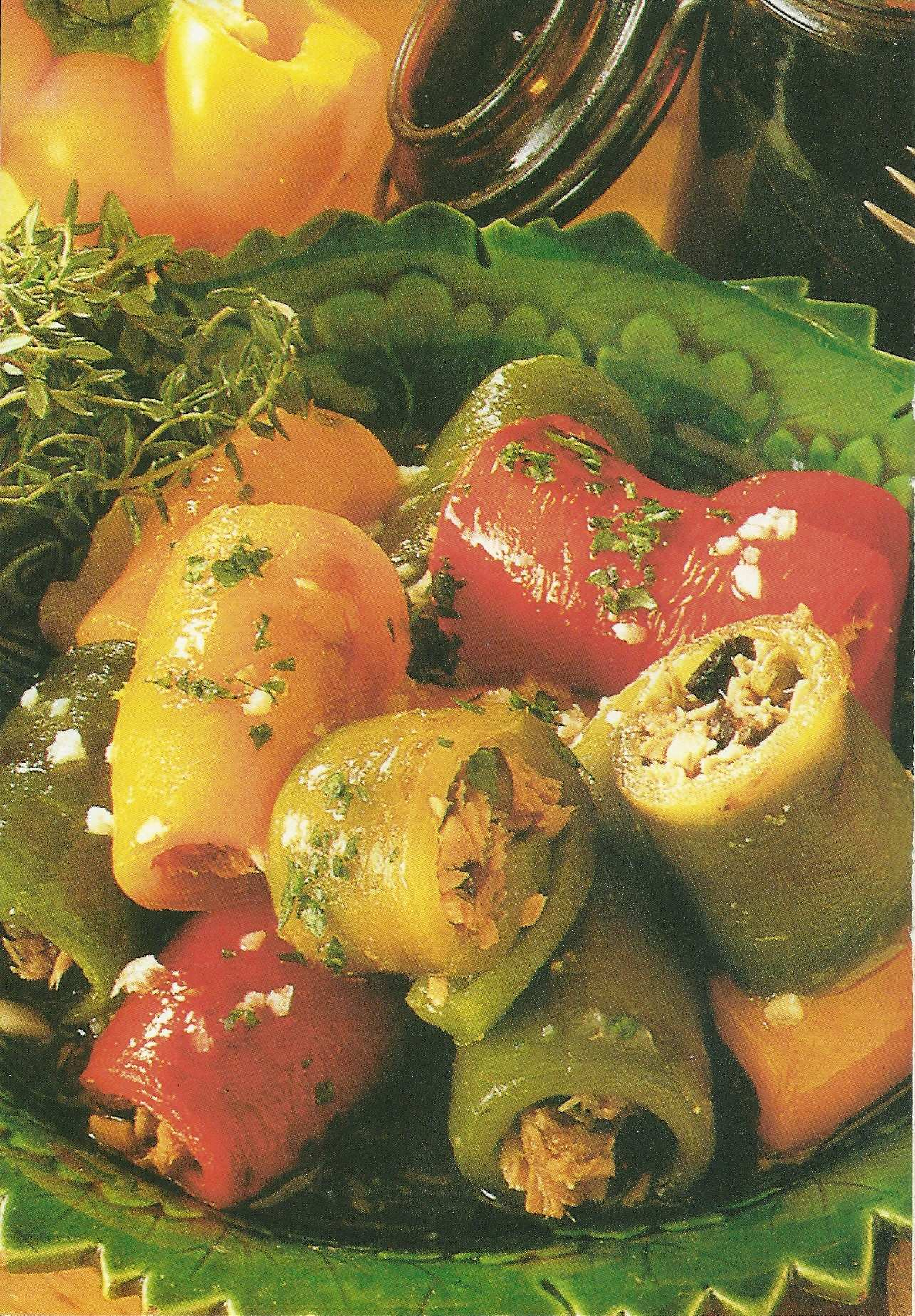


Uygun ölçülerde bir tepsiyi sıvı yağla yağlayın. Önce lazanyaları paketlerdeki öneriye uygun olarak haşlayın. 6 kalıp haşlanmış lazanyayı dizin. Lazanyalara beşamel sos sürerek hazırladığınız iç malzemeyi dökün. Üzerine bir kat daha lazanya, beşamel ve iç dökün.

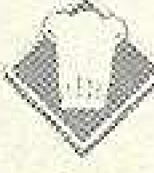


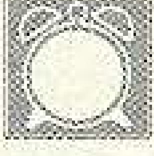
En üst kata lazanya, beşamel ve rendelediğiniz kaşar peynirini ilave edin. 180 °C ısıtılmış fırında 15-20 dakika kaşar peynirli üst kısmı kızarıncaya kadar pişirin.

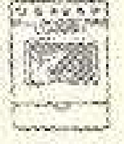
Beşamel Sos; beşamel sostaki en ideal ölçü 100 gr yağ, 100 gr un, 1 litre süt, yumurta sarısı ve tuzdur. Eritilmiş tereyağına un ilave edilerek kısık ateşte bir meyane hazırlayıp soğutulur. Kaynatılmış süt ilave edilerek 5 dakika daha kaynatılarak sürekli karıştırılır.



Ton Balıklı Biber Dolması


4 Kişilik


Hazırlama süresi: 15 dak.


Pişirme Süresi: 5 dak.

MALZEMELER

- **3 adet kırmızı biber**
- **3 adet sarı biber**
- **3 adet kırmızı dolmalık biber**
- **250 gr ton balığı**
- **4 çorba kaşığı file siyah zeytin**
- **1 çorba kaşığı kapari**

SOSU İÇİN

- **2 diş sarımsak**
- **1 çorba kaşığı doğranmış maydanoz**
- **4 çorba kaşığı sızma zeytinyağı**
- **Yarım çay kaşığı limon suyu**

SERVİS


Yeşilliklerle süsleyerek servis edin.



Dolmalık biberlerin olgun ve renkleri parlak olanlarından seçip çekirdeklerini ayıklayın.



Ton balığı, kapari ve file zeytinleri bir kapta harmanlayarak iç malzemesi hazırlayın. Biberleri iki parmak eninde uzunlamasına keserek kızgın yağa atıp çıkartın. Zarlarını elinizle temizleyin. Hazırladığınız içi biberlerinize rulo şeklinde sarın.

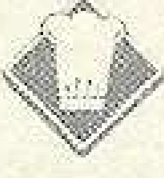


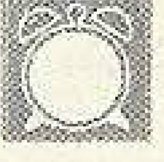
Sarımsakları dövün, maydanozları ince doğrayarak zeytinyağı ve limon suyu ile karıştırın.

Hazırladığınız bu sosu tabağınıza dizdiğiniz renkli biber dolmalarının üzerinde gezdirerek servis edin.



Ispanaklı Börek


4 Kişilik


Hazırlama süresi: 20 dak.


Pişirme Süresi: 180 °C fırında 15-20 dak.

MALZEMELER

- 1 adet yufka
- 250 gr ıspanak
- 2 adet kuru soğan
- 1 adet havuç
- 1 adet kırmızı biber
- 1 tutam taze fesleğen
- 3 çorba kaşığı tereyağı
- 3 çorba kaşığı sıvı yağ
- 2 adet yumurta sarısı
- Tuz



Ispanağı köklerinden ayırarak bol su ile yıkayıp haşlayın ve suyunu süzün.



Tavaya tereyağını koyarak eritin. Sırasıyla küp doğranmış havuçları, ince doğranmış soğanları, küp doğranmış kırmızı biberleri, kıyılmış taze fesleğenleri ve ıspanağı sote ederek bir iç malzemesi hazırlayın.

SERVİS

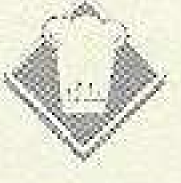

Sıcak olarak servis edin.

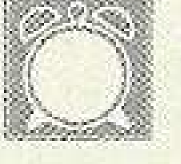


Böreği pişireceğiniz kabı yağlayın. Yufkayı kabın tabanına döşeyin. Kenarlarını biraz sarkıtın. Harcı yufkalı kabınıza doldurup kenarlarındaki yufkalarıyla üzerini de kapatıp yan kısımlarını kalkmaması için kırın. Yufkanın üzerine fırçayla yumurta sarılarını sürüp 180 °C fırında altın sarısı renk alıncaya kadar kızartın.



Taze Otlu Mantar Dolması


4 Kişilik


Hazırlama süresi: 15 dak.


Pişirme süresi:190°C fırında 30-35 dak.

MALZEMELER

- 32 adet mantar
- 500 gr kaşar peyniri
- 2 diş sarımsak
- 2 dal taze fesleğen
- 4 dal maydanoz
- 1 yaprak taze biberiye



Mantarları ıslak bir bez ile silip, bıçak yardımı ile içlerini çıkarın.



Biberiye, maydanoz, fesleğen, sarımsak ve kaşar peynirini bir blenderda iyice kıyarak püre haline getirin.

SERVİS

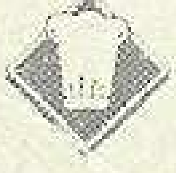

Sıcak olarak servis edin.

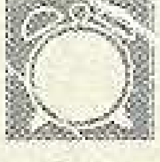


Hazırladığınız içi mantarlara doldurup, önceden 190 °C'de ısıtılmış fırında üzerleri altın sarısı renk alıncaya kadar kızartın.



Sebzeli Yufka Böreği


4 Kişilik


Hazırlama süresi: 20 dak.


Pişirme Süresi: 10 dak.

MALZEMELER

- Bir demet ıspanak
- 80 gr kaşar peynir
- 1 adet havuç
- 1 adet kuru soğan
- 1 adet dolmalık biber
- 1 adet kırmızı biber
- 4 adet mantar
- 4 adet taze fasulye
- 1 adet patlıcan
- 1 adet kabak
- 4 adet yufka
- 2 çorba kaşığı tereyağı
- 2 adet yumurta beyazı
- 3 su bardağı sıvı yağ

SERVİS


Börekleri 3 cm kalınlığında dilimleyerek servis edin.



1

Havuç, dolmalık biber, kırmızı biber, mantar ve taze fasulyeleri ince doğrayarak hazırlayın. Ispanakları yıkadıktan sonra kıyın.

Kuru soğanı yarım ay şeklinde doğrayın. Patlıcan ve kabakları dilim doğrayarak hazırlayın.



2

Tereyağında sırasıyla havuç, kuru soğan, taze fasulye, dolmalık biber, mantar, patlıcan ve kabakları sote edin.



3

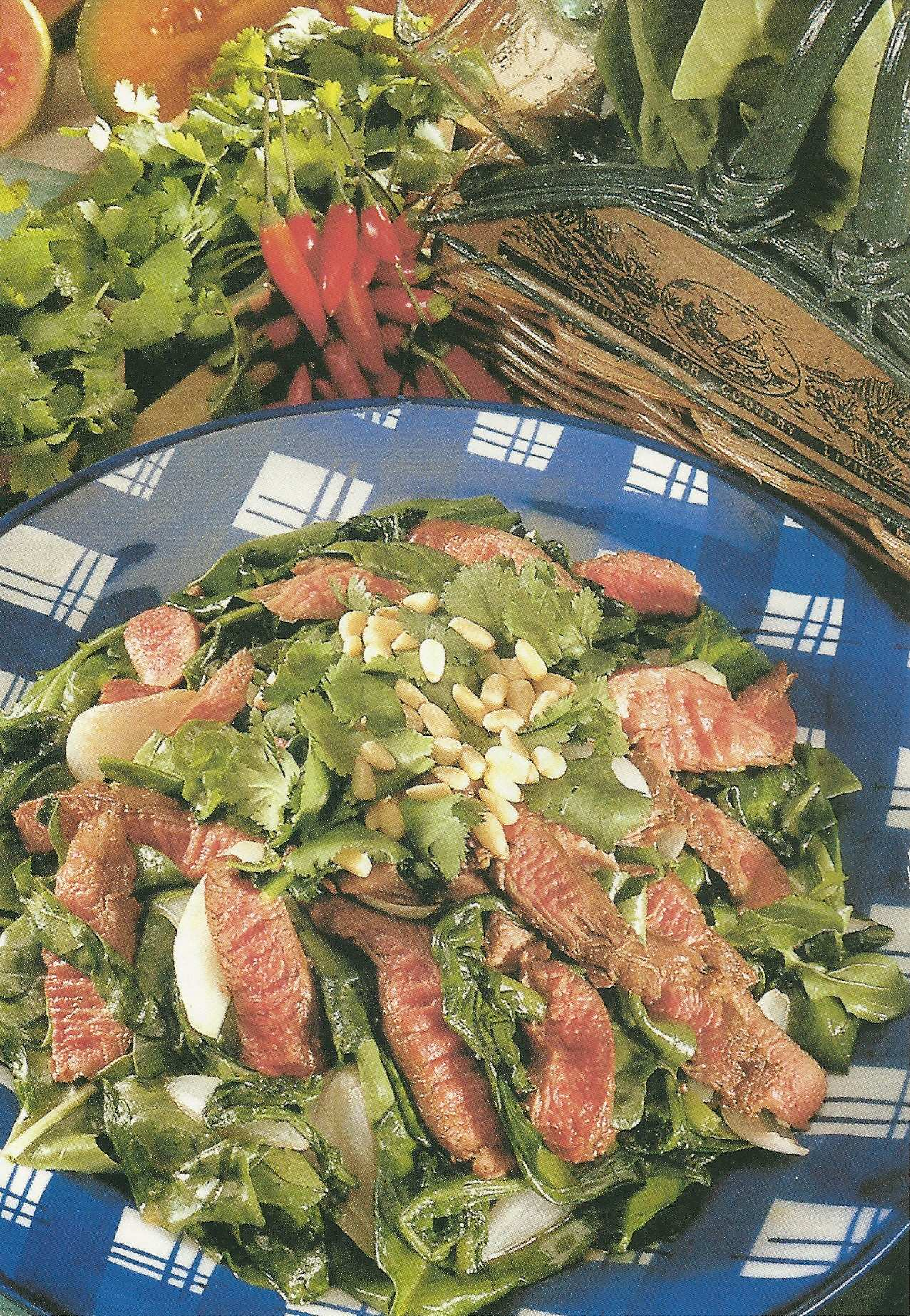
Yufkayı 3 kat olarak uzun dikdörtgen şeklinde kesin. Sebzeleri yayarak üzerine ıspanak ve rendelenmiş kaşar peynirini ilave ederek genişçe sarın.

Yumurta beyazı ile yapıştırın.

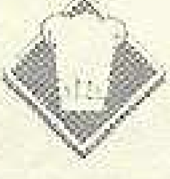


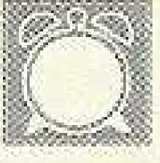
4

Derin yağda böreklerinizi altın sarısı renk alıncaya kadar kızartın.


OUTDOORS FOR COUNTRY LIVING

Bonfile Tavası


4 Kişilik


Hazırlama süresi: 20 dak.


Pişirme Süresi: 10 dak.

MALZEMELER

- **500 gr bonfile**
- **4 çorba kaşığı tereyağı**
- **1 yemek kaşığı soya sosu**
- **10-12 adet ıspanak yaprağı**
- **6-8 adet roka yaprağı**
- **6-8 dal maydanoz**
- **1 çorba kaşığı çam fıstığı**
- **1 adet kuru soğan**
- **2 diş sarımsak**



Ispanak ve roka yapraklarını bol su ile yıkayıp saplarını kesin ve havlu peçete ile kurulayın.

Diğer yanda bonfileleri ince ince dilimleyin.



Çam fıstığını, dövülmüş sarımsağı ve piyaz doğranmış soğanları tereyağında sote edip tavadan alın. Aynı tavada bonfile dilimlerini kızartın.

Soya sos ve tuz ile lezzetlendirin.



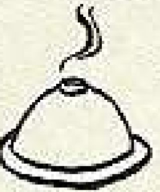
Yeşillikleri çok hafif tereyağında çevirin.



Yeşillikleri servis tabağına koyun.

Üzerine bonfile dilimlerini, soğanları sarımsakları ve çam fıstıklarını rastgele dağıtarak dökün.

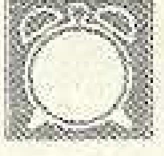
SERVİS

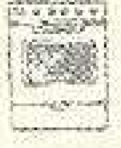

Zeytinyağlı balsamik sirke ile servis edin.



Pirinç Köftesi


4 Kişilik


Hazırlama Süresi: 15 dak.


Pişirme Süresi: 10 dak.

MALZEMELER

- **1 su bardağı pirinç**
- **2 adet yumurta**
- **3 yemek kaşığı un**
- **1 çay bardağı kaşar rendesi**
- **1 kahve fincanı soda**
- **1/2 demet dereotu**
- **Sıvı yağ**
- **Tuz, karabiber**

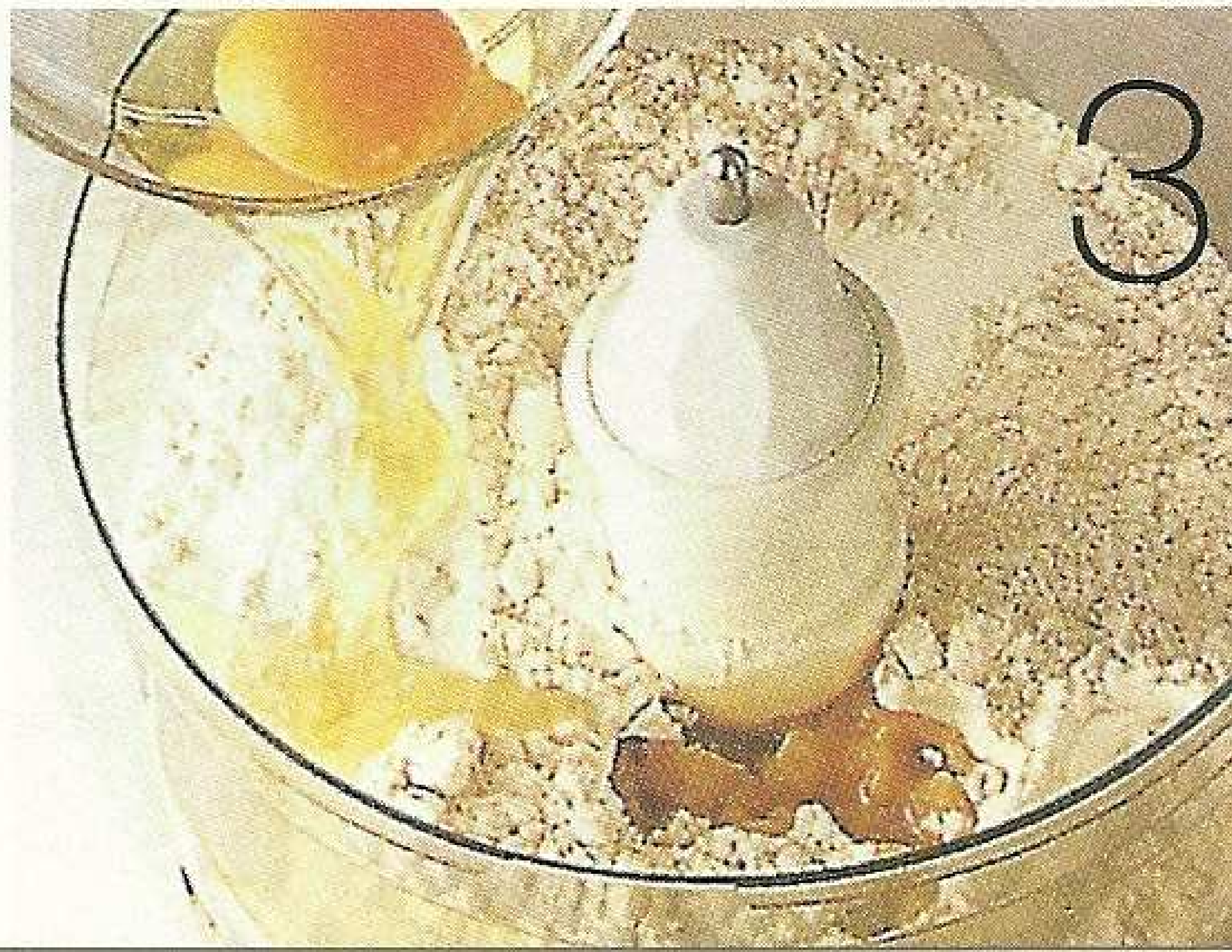


Pirinci ayıklayıp, iki bardak sıcak tuzlu suda haşlayıp süzün.

Çukur bir kapta 2 yumurta, un, soda, kıyılmış dereotu ve kaşar rendesini iyice karıştırın.

Karışıma tuz ve karabiberi ilave edin. Ardından haşlanmış pirinci ekleyip yeniden karıştırın.





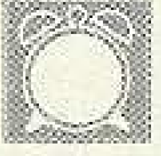
Karışımdan kaşıkla alarak kızgın yağa atın. Her iki yüzünü de kızartıp servis tabağına alın.

Süsleyerek servis edin.



Tulum Peynirli Kızarmış Domates


4-6 Kişilik

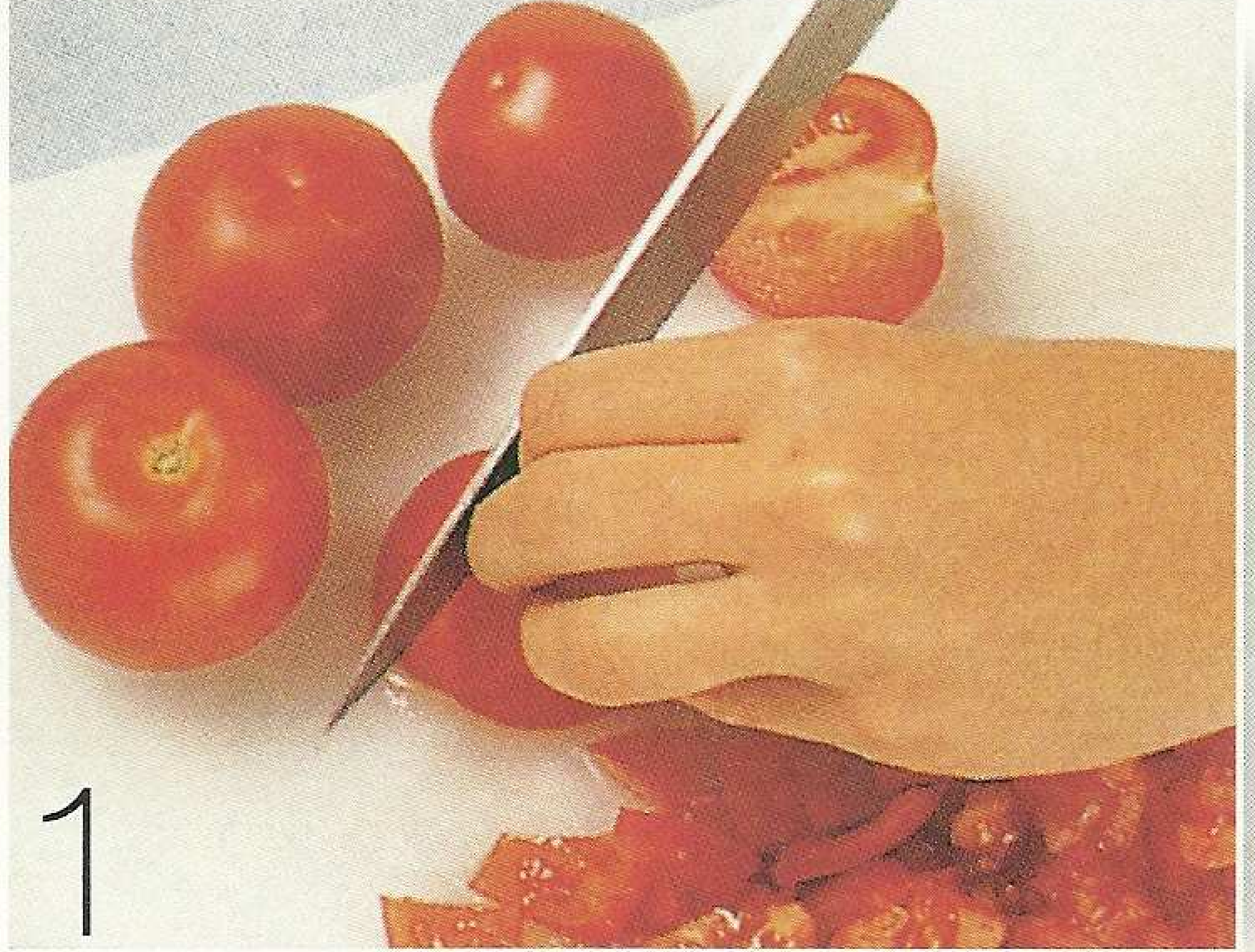

Hazırlama Süresi: 40 dak.

MALZEMELER

- **1 çorba kaşığı haşhaş tohumu** *(çekilmemiş)*
- **9 çorba kaşığı zeytinyağı**
- **2 diş sarımsak**
- **1/2 su bardağı galeta unu**
- **1 adet küçük soğan**
- **1 demet fesleğen**
- **1 çay kaşığı limon kabuğu rendesi**
- **1 çorba kaşığı beyaz üzüm sirkesi**
- **2 adet büyük domates**
- **200 gr tulum peyniri**
- **Tuz, karabiber**

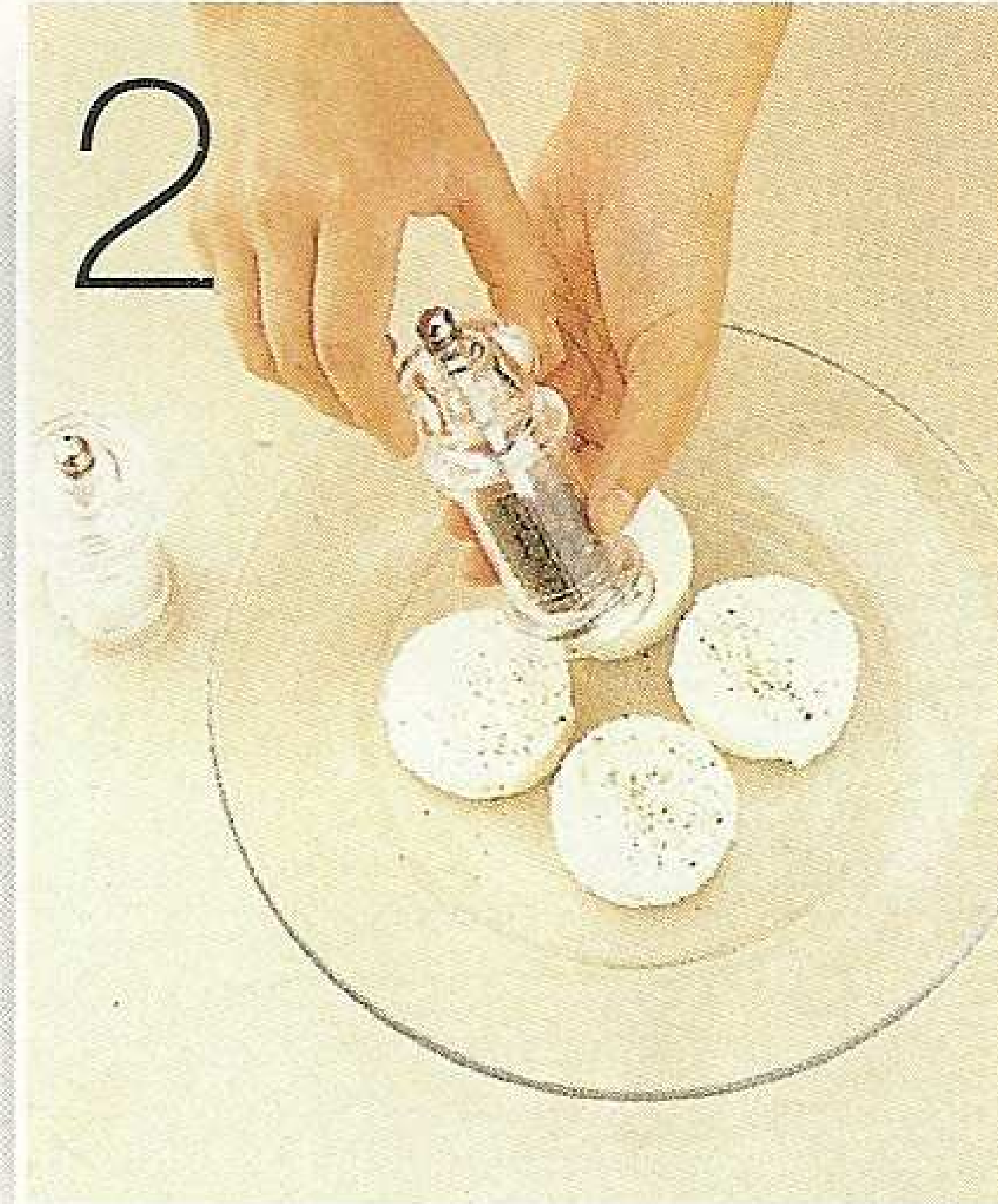
SERVİS


Kızarmış domatesleri fesleğen yaprakları ile süsledikten sonra servis edin.



Haşhaş tohumunu 1 yemek kaşığı zeytinyağı ile kavurun. Sarımsağı soyun, ezin ve galeta unu ile karıştırın. Soğanı soyun, ince ince kıyın. Fesleğen yapraklarını saplarından koparın. Birkaç yaprağı süslemek için ayırdıktan sonra diğerlerini incecik kıyın. Soğan, kıyılmış fesleğen, limon kabuğu ve 3 yemek kaşığı suyu mutfak robotunda çekerek püre haline getirin. 3 yemek kaşığı zeytinyağı, sirke, tuz ve karabiber katın.

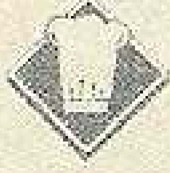
Domatesleri 1 cm kalınlığında dilimleyip toplam 8 dilim elde edin. Tuzladıktan sonra karabiberleyin ve galeta ununa bulayın. Kalan yağ ile harlı ateşte domateslerin her iki taraflarını kızartın. Bir spatula yardımı ile tavadan çıkartıp yan yana servis tabağına dizin.

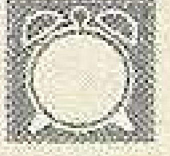


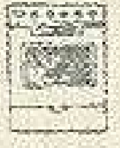
Tulum peynirini 8 eşit parçaya ayırıp domateslerin üzerine koyun. İlk önce haşhaş tohumunu sonra tuzu ve fesleğen püresini peynirlerin üzerine dağıtın.



Sebzeli Omlet

 4 Kişilik

 Hazırlama Süresi: 15 dak.

 Pişirme Süresi: 10-15 dak.

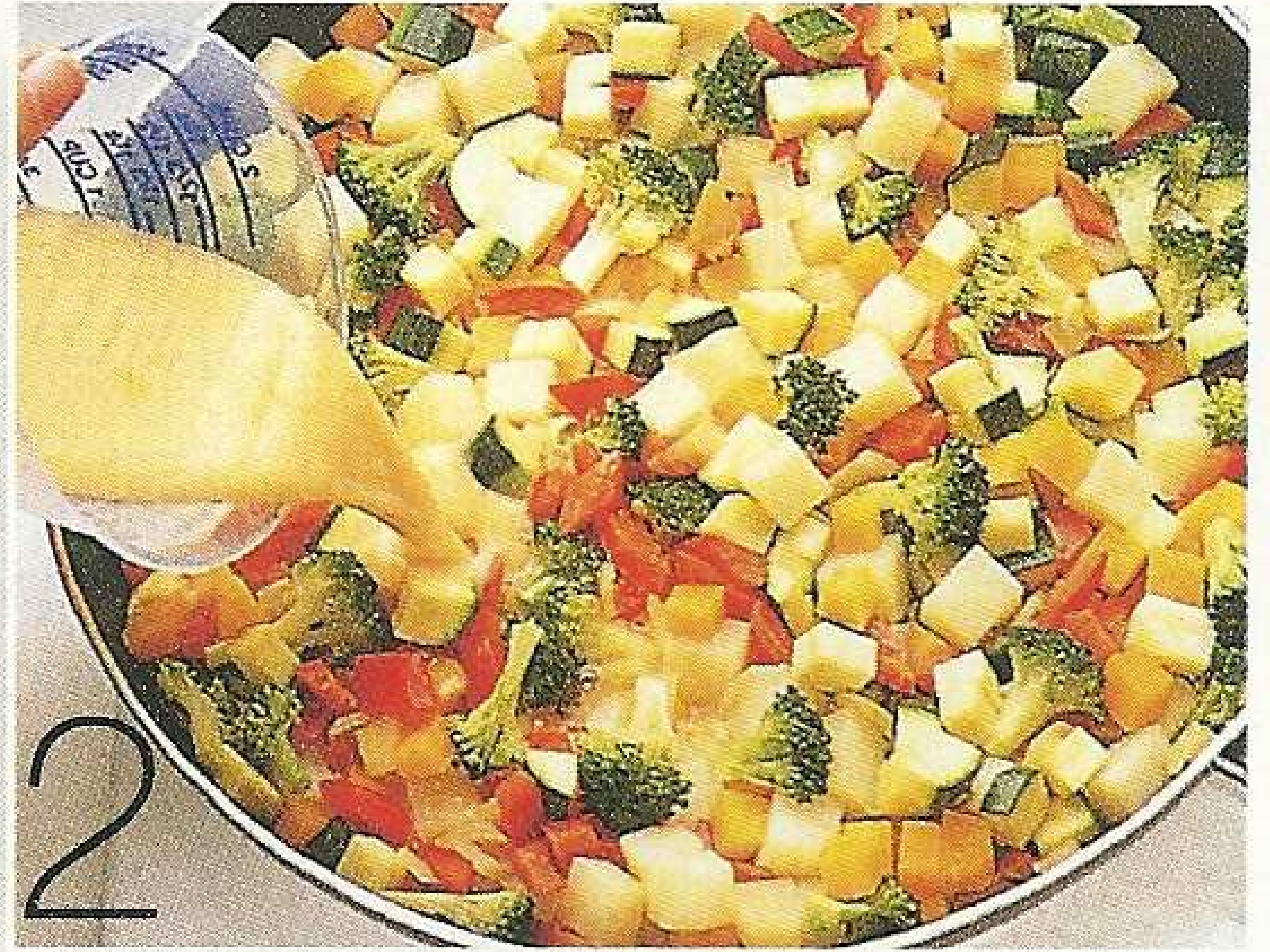
MALZEMELER

- **3 adet çırpılmış yumurta**
- **Yarım havuç**
- **Yarım yeşil soğan**
- **Yarım kabak**
- **Yarım kırmızı biber**
- **1 adet brokoli**
- **Kibrit kutusu büyüklüğünde beyaz peynir**
- **1 çorba kaşığı margarin**
- **Tuz**



Havuç, kabak ve kırmızı biberi minik küp şeklinde doğrayın. Yeşil soğanı temizledikten sonra ince kıyın.

Brokoliyi ise minik parçalara ayırarak bütün sebzeleri haşlayın.



Haşlanmış sebzeleri; sırasıyla havuç, kırmızı biber, yeşil soğan, kabak ve brokoliyi çok az yağda sote edin. Beyaz peynirleri küp doğrayarak ilave edin. Tuzla lezzetlendirin.

SERVİS

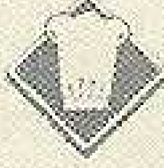
 **Dilimleyerek servis edin.**

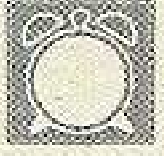


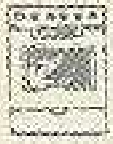
Teflon tavada margarini eritin. Bu arada küçük derin bir kapta yumurtaları çırpın. Çırpılmış yumurtayı dökün ve yumurta pişme kıvamına gelmeden sote ettiğiniz sebzeleri omletinizin üzerine yayın. Üzerine bir kapak kapatarak yumurtalı bölümün pişmesini sağlayın.



Domatesli Mantarlı Tart

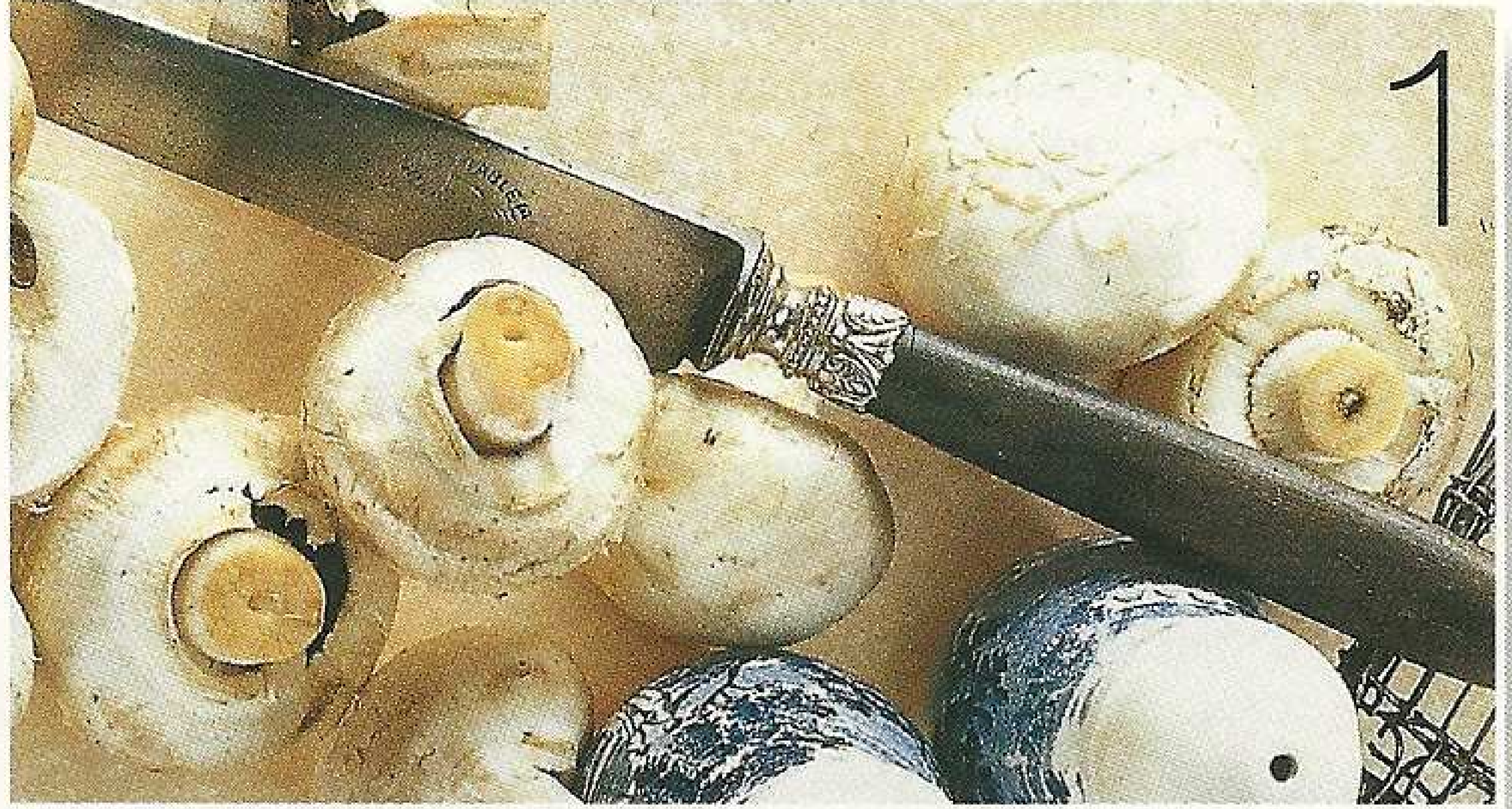

4 Kişilik


Hazırlama Süresi: 20 dak.


Pişirme Süresi: 180 °C fırında 10-15 dak.

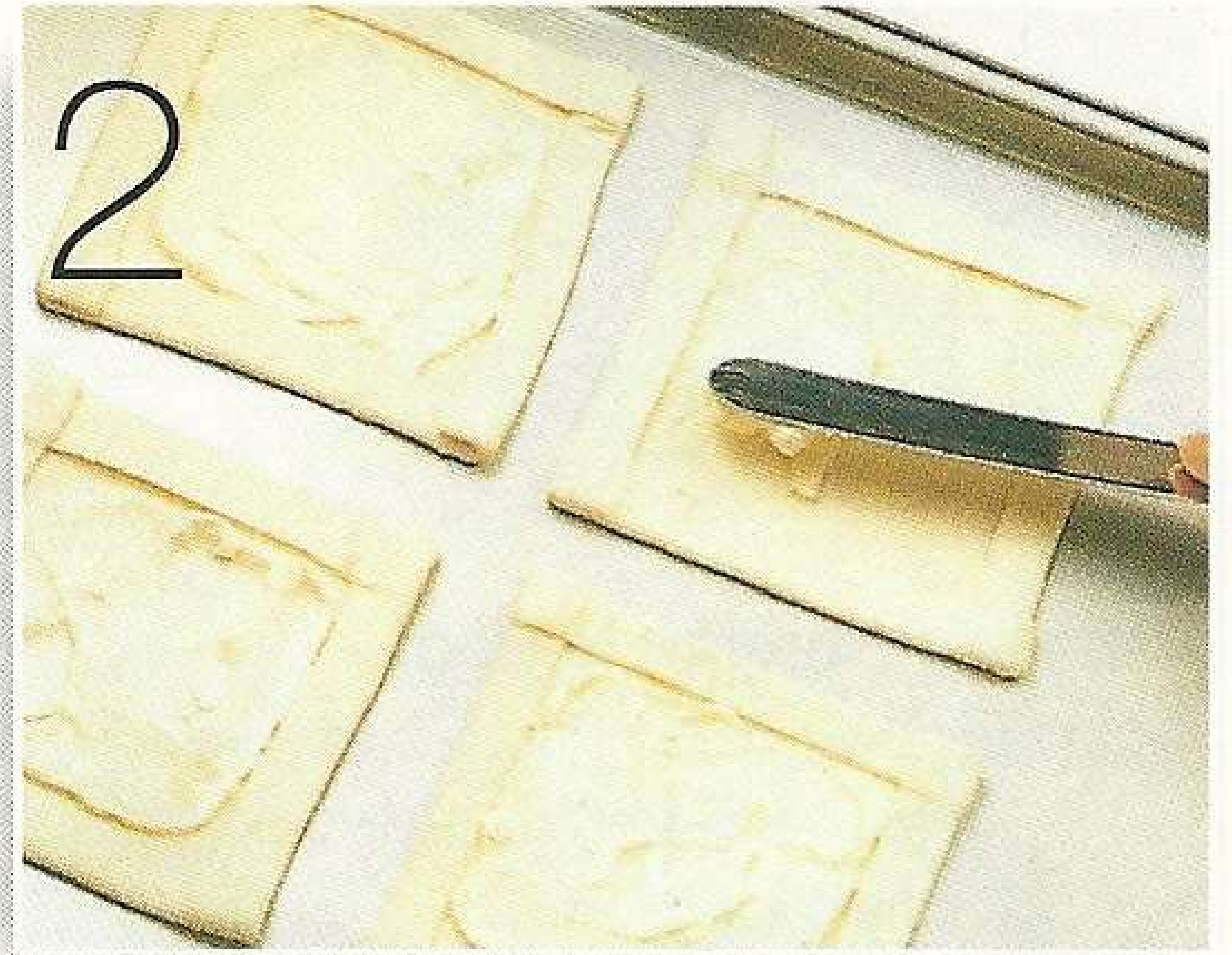
MALZEMELER

- 10 adet mantar
- 4 adet milföy hamuru
- 1 çorba kaşığı margarin
- 2 adet dilimlenmiş domates
- 2 çorba kaşığı kaşar peyniri rendesi



1

Mantarları ince doğrayın. Tavaya koyduğunuz az miktarda margarinle mantarları soteleyin.



2

Milföy hamurlarını kenarlarından katlayın.

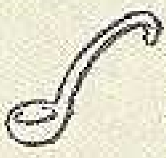
İçine, margarinde sote ettiğiniz mantarları döşeyin.



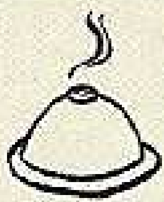
3

Domatesleri ince halkalar şeklinde kesin ve hazırladığınız milföy hamurlarının üzerine dizin. Bu arada kaşar peynirini rendeleyerek domateslerin üzerine serpin. Önceden ısıtılmış 180 °C fırında milföy hamurları pişinceye kadar tutun.

ŞEFİN ÖNERİSİ


Milföy hamurlarınızı donmuş halde tepsiye döşeyip tepside işlemeyi tercih ediniz. Çünkü milföy hamuru çözüldüğü zaman tezgahtan kaldırmakta ve içi dolu halde tepsiye koymakta zorluk çekersiniz.

SERVİS


Sıcak olarak servis edin.

Pratik Bilgiler



Patates kızartırken...

Patates kızartmasının çıtır çıtır olmasını istiyorsanız, patatesleri ince kestikten sonra birkaç dakika su ve bira koyulmuş bir kapta bekletin. Daha sonra her zamanki gibi kızartın.

Sos sıcak olsun

Hazırladığınız yemeğin yanında ayrı bir kapta sıcak bir sos ikram etmeyi düşünüyorsanız, sosu sıcak su dolu bir kabın içine oturtun. Yemeği servis ederken halen sıcak olacak sosu kullanabilirsiniz.



Baş ağrıtmayan kakao!

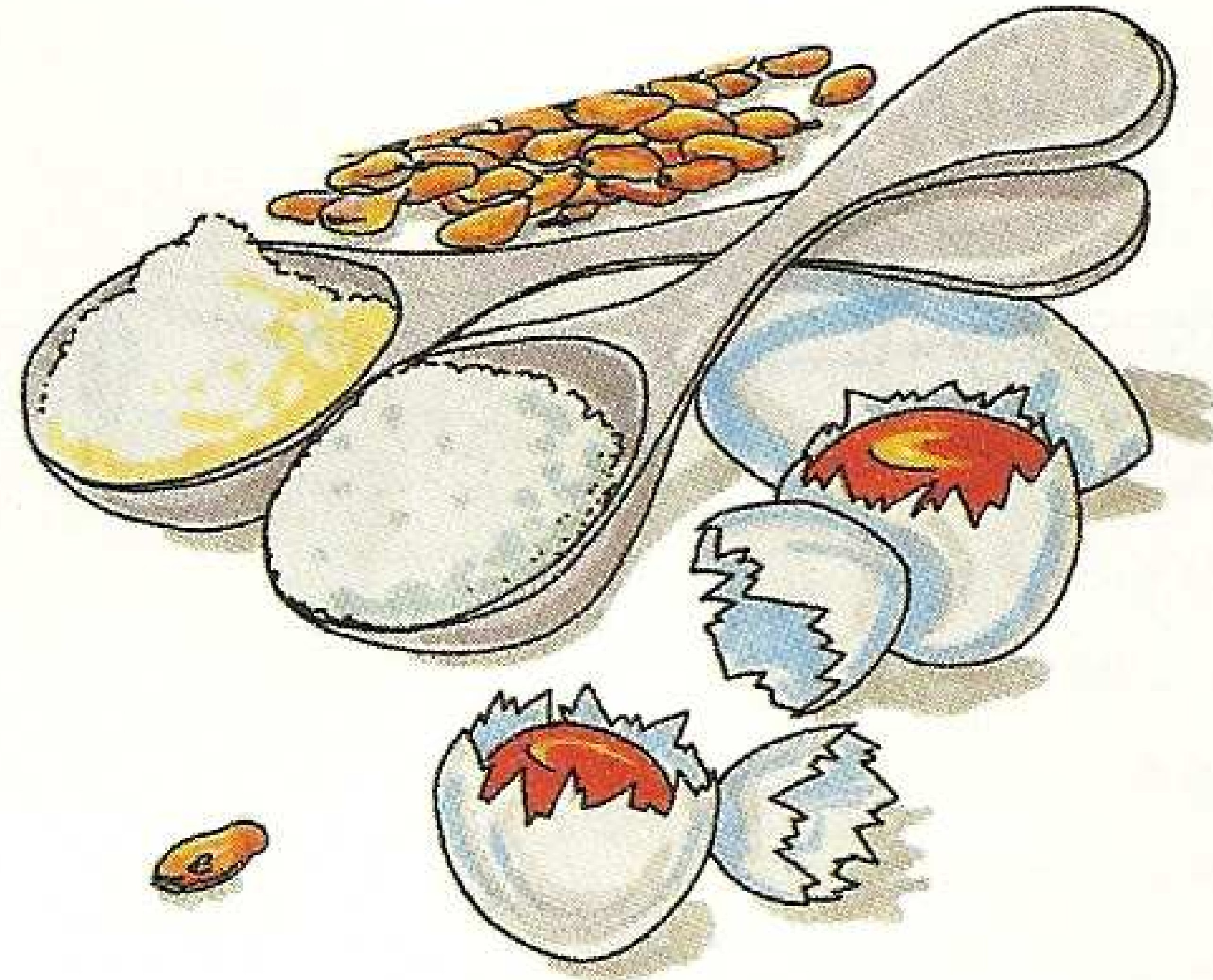
Süte karıştırılan kakaonun bir süre sonra şiddetli baş ağrısına neden olduğunu biliyor muydunuz?

Kakaolu sütün lezzetinden vazgeçmek istemeyenler, kakao ile birlikte süte keçiboynuzu tozu karıştırmalı.



Krema ve yoğurtlu soslar

Krema ve yoğurt fazla karıştırmaya gelmez. Bu sosları kullanacağınız yemekler yaptığınızda, sosları krema ve yoğurt ilavesinden sonra iyice ısıtın ama asla kaynatmayın.



Sarımsak sevenlere!

Fırında hazırlayacağınız dana etine, birkaç yerinden keskin bıçakla çizikler açarak sarımsak dişleri yerleştirin. Hoş bir lezzet verecektir.

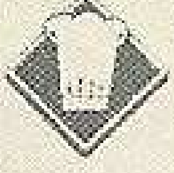
Yumurta ayırmak çok kolay!

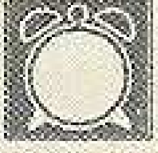
Yumurtanın sarısıyla akını birbirinden ayırmanız gerekirse altında bir kap tutarak yumurtayı küçük bir huninin içine kırın, akı kaba akacak, sarısı huninin içinde kalacaktır. Önemli olan kırarken sarısının dağılmamasıdır.

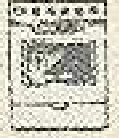
Brokolinin rengi bozulmasın!

Brokoli pişirecekseniz, içine asla asit içeren limon suyu veya sirke gibi malzemeler ilave etmeyin, yoksa brokoli gri bir renk alabilir.

Erişteli Böfstrogonof

 4 Kişilik

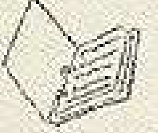
 Hazırlama süresi: 15-20 dak.

 Pişirme Süresi: 10-15 dak.

MALZEMELER

- 300 gr hazır erişte
- 300 gr dana bonfilesi
- 1 adet kuru soğan
- 4 adet orta boy mantar
- 4 adet orta boy kornişon
- 1 çay kaşığı soya sosu
- 1 çay kaşığı hardal
- 8 dal maydanoz
- 1 çorba kaşığı margarin
- 2 çorba kaşığı sıvı yağ
- 1 çorba kaşığı un

MUTFAK SÖZLÜĞÜ

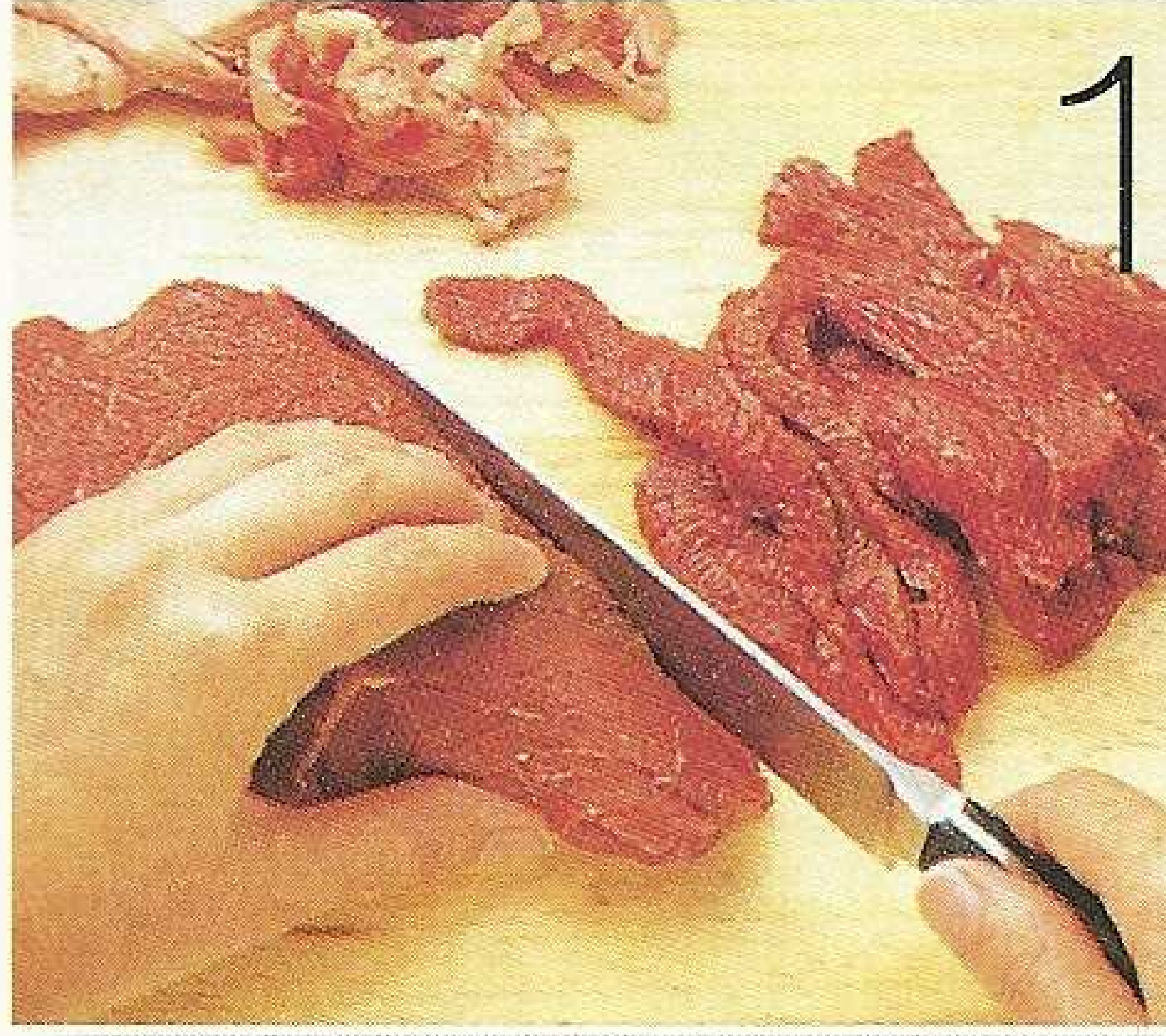


Jülyen doğrama; yiyeceklerin ince şeritler şeklinde kesilme tekniğidir. Uzunluğu genellikle 4-5 cm kadardır.

SERVİS



Servis tabağınıza önce erişteyi daha sonra üzerine böfstrogonofu dökün. Kıyılmış maydanoz ve jülyen kesilmiş kornişon serpiştirip servis edin.



Erişteyi bol kaynar su ile derin bir tencerede haşlayın. Süzüp soğuk suya tutun. Süzdüğünüz makarna suyunu dökmeyin, ateşte bırakın.

Erişteyi soğuttuktan sonra tel süzgeçte bekletin.



Bonfileleri jülyen doğrayarak bir tabağa alın. Tavada margarini eritin. Önce dana bonfilesini, sonra mantarları sote edin. Soğanları ilave edip pembeleşmesini sağlayın. Unu, soya sosunu ve hardalı ilave edin. Bir bardak su koyun ve kaynatıp ateşten alın. Tuz ile lezzetlendirin.



Soğuk erişteyi, haşladığınız kaynar suya tel süzgeçte sokup 15-20 saniye sonra çıkartın. Ayrı bir tavada tel süzgeçteki süzülmüş erişteyi sıvı yağda çevirin.

DÜNYA MUTFAĞI

BOYUT YAYIN GRUBU

Erişteli Böfstrogonof

Tarifi arka kapak içindedir.

ISBN 975-521-635-9

